

Londen schudt de slaap nog van zich af wanneer ik al vroeg de stad in trek. De wolkenloze hemel kondigt een stralende dag aan. Door de straten van Bloomsbury en Westminster kronkel ik me een weg naar Irvin Yalom. De Amerikaanse psychotherapeut en schrijver van wereldwijde bestsellers als *De Schopenhauer-kuur* en *Nietzsches tranen* is in Londen op vakantie. 's Ochtends maakt hij nog even tijd voor een interview.

Yalom komt me tegemoet in de lobby van The Atheneum Club in Pall Mall, de legendarische straat met zijn gentlemen's clubs. We nemen de lift naar boven, want in de bibliotheek kunnen we rustiger praten. "In clubs als deze gelden altijd strikte regels. Zo ben ik verplicht om een das te dragen." Ik kijk naar de das die Yalom wat onwennig en onwillig lijkt te dragen. Ik vraag me luidop af of ik met mijn zomerse outfit niet *underdressed* ben. "Neen hoor", stelt Yalom me gerust. "Al die strenge regels gelden hier alleen voor mannen."

In de bibliotheek neemt Yalom plaats in een afgeleefde fauteuil, terwijl ik me tegenover hem op de sofa zet. Op de sofa bij de therapeut. Maar Yalom, een kwieke verschijning voor een tachtigjarige, zakt te diep weg in de fauteuil en ik stel voor om van plaats te wisselen. Daarna haal ik de Nederlandse vertaling van zijn nieuwste boek boven. Yalom schrikt even. "Is *Het raadsel Spinoza* zo lijvig? Het lijkt enorm. In het Engels bestrijkt het slechts een driehonderdtal bladzijden."

Het boek vertelt twee verhalen in afwisselende hoofdstukken. Het eerste verhaal is een ontdekkingsreis door de psyche van Spinoza. "We weten amper iets van Spinoza. We weten niet wat er in zijn hoofd omging. Wie hij als persoon echt was. Met mijn boek poog ik in zijn psyche neer te dalen." Het tweede verhaal handelt over Alfred Rosenberg, de nazi-ideoloog die onder andere het Spinozahuis in Rijnsburg leeghaalde. Yalom schetst hoe Rosenbergs antisemitisme vorm kreeg, wat er in hem omging toen hij een spil in de nazimachinerie werd en hoe hij ten slotte zijn proces in Neurenberg onderging. Wat Yalom echter het meest interesseert, is Rosenbergs houding tegenover Spinoza.

### **Een roman over Spinoza, het blijft een huzarenstukje. Spinoza leefde zijn denken.**

"Ja, en wat kunnen we daarover nog zeggen? Hoe giet je dat in een roman? Hij is een ongrijpbaar figuur. In zijn leven lijkt er zo weinig te zijn gebeurd, na de excommunicatie. De romans die al over Spinoza zijn geschreven, vind ik weinig geslaagd. Er is weinig spanning en materiaal om mee te werken. Ik probeer wel voor dynamiek te zorgen. Er is vooral innerlijke actie. Wat ging

er in Spinoza om toen hij zijn verboden gedachten dacht? Dat wissel ik af met het verhaal van Rosenberg. Spinoza stelde nazi's als Rosenberg voor een probleem. Boegbeelden van de Duitse cultuur als Goethe en Hegel droegen Spinoza op handen. Hoe moesten de nazi's daarmee omgaan: een jood die de held is van hun eigen helden?"

### **Die spanningsverhouding noemt u het raadsel van Spinoza.**

"Dat is alleszins het raadsel dat centraal staat in het verhaal van Rosenberg. Zijn ambivalente houding tegenover Spinoza wijst op diens ongrijpbaarheid. Maar Spinoza is natuurlijk op vele vlakken raadselachtig. Een mysterie. Nu ik het boek geschreven heb, bewonder ik hem nog meer."

Yaloms bewondering voor Spinoza is vele jaren oud. Al toen hij beseftte dat Einstein – die Yalom als zijn eerste intellectuele held omschrijft – spinozistische opvattingen over God en de natuur had, begon die fascinatie. Yalom herkent zichzelf ook in Spinoza: in diens neiging om de hemel te bestormen en heilige huisjes neer te halen. "Ik ben altijd gefascineerd geweest door Spinoza. Ik bewonder zijn moed en onafhankelijkheid. Hij was een heel krachtig iemand die onze geschiedenis en ons denken heeft veranderd."

Die eigenschappen zet Yalom dik in de verf. Yaloms Spinoza is bij uitstek moedig en krachtig. Een brokkenpiloot die bewust een hoge menselijke prijs betaalt voor zijn filosofische opvattingen. Een Spinoza die de confrontatie niet schuwt. Wanneer hij op fulminerende toon verkondigt dat het hiernamaals een sprookje is en dat religieuze leiders angstzaaiers zijn, krijgt hij van zijn huilende zus een klap in het gezicht. En nadat hij tegenover rabbijn Morteira onverschrokken zijn "godslasterlijke" wereldbeschouwing uit de doeken doet, vraagt Spinoza nog provocerend of hij zijn eigen banvloek mag schrijven. Yaloms Spinoza is zo wel erg radicaal, en ook uitgesproken atheïstisch. Hij wil een einde aan alle religies.

"Volgens mij was Spinoza geen pantheïst, maar een atheïst. Hij verwees enkel naar God om niet op een brandstapel te belanden. Mocht Spinoza nu leven, zou hij God wel achterwege kunnen laten. Al denk ik niet dat hij een atheïst *à la* Dawkins zou zijn. Ik denk dat hij de wereld nog altijd met de nodige *reverential awe* zou benaderen."

Volgens Yalom is Spinoza niet enkel een van de meest moedige filosofen. Hij is ook een van de eerste, radicaal vrije mensen. Spinoza wilde dat zijn denken door niets of niemand in de weg werd gestaan. Maar Spinoza betaalde een hoge prijs voor die volstrekte vrijheid van denken: uitsluiting

en eenzaamheid. Spinoza's leven toont aan hoe moeilijk het is om in volle vrijheid te kunnen denken. Vrij zijn, is moedig zijn.

“Vrijheid vergt de moed om knopen door te hakken en de gevolgen van je daden te dragen. Er is iets beangstigends aan de gedachte van totale vrijheid. Vrijheid, verantwoordelijkheid: dat weegt. Soms willen we liever een ander met die last opzadelen. Denk maar aan al die mensen die in een ongelukkige relatie zitten. Ze hebben de moed niet om de relatie stop te zetten. Ze wachten liever tot de ander die verantwoordelijkheid op zich neemt.

### **Vrijheid is verantwoordelijkheid.**

“Vrij is een persoon die zijn eigen beslissingen neemt, zijn eigen koers bepaalt en zijn mogelijkheden realiseert. Dat is heel belangrijk. Niet enkel voor je vrijheid, maar voor je hele leven. Zelfs voor de manier waarop je met de dood omgaat. De dood is bijzonder beangstigend en de angst voor de dood kan nooit overwonnen worden: die zit in onze menselijke natuur ingebakken. Wat we wel kunnen overwinnen is de terreur van de dood. Het beste wapen tegen die terreur is een zinvol leven.”

### **Hoe je leeft, is hoe je sterft?**

“Hoe minder een mens wat van zichzelf en zijn leven heeft gemaakt, hoe lastiger hij het met zijn dood heeft. Dat wordt mooi weergegeven door Tolstoj. Ivan Iljitsj' dood is een nachtmerrie. Hij sterft zo slecht, omdat hij zo slecht geleefd heeft. Een ongeleefd leven vergroot de terreur van de dood.”

### **In uw boek laat u Spinoza ook worstelen met zijn sterfelijkheid, maar zijn leven kun je moeilijk onvervuld noemen.**

“We weten niet wat er in Spinoza omging. Of hij vond dat hij een goed, zinvol, vervuld leven leidde. Ik introduceer in mijn roman een fictieve vriend van Spinoza, Franco. Hij fungeert als een therapeut, een klankbord van Spinoza's meest innerlijke gedachten. Dat is gissen, maar Spinoza was een mens zoals allen. Ik denk dat de angst voor de dood ook hem niet vreemd was. Ik laat Spinoza ook teruggrijpen naar Epicurus. Epicurus kan een grote hulp zijn om de angst voor de dood te beperken.”

### **Filosofie kan een heilzame, therapeutische werking hebben?**

“Mijn eigen benadering is filosofisch, in die zin dat ik gebruik maak van vele grote denkers en schrijvers die de thema's aansnijden die in de psychotherapie steeds terugkomen. Het zou goed zijn mochten therapeuten meer kennis van de filosofie en wereldliteratuur hebben. Ik probeer daar op mijn eigen manier toe bij te dragen.”

## **Hoe?**

“Ik ben een selectieve filosofieleraar. Mijn studenten lezen mijn werk en zo maak ik hen toch vertrouwd met enkele filosofen. Mijn romans over Schopenhauer, Nietzsche en Spinoza zijn bedoeld als *teaching novels*. Ik wil er altijd een specifiek idee over de menselijke psyche in onderzoeken, waarvan ik hoop dat studenten en jonge therapeuten erop verder kunnen bouwen.”

## **Franco, de fictieve vriend van Spinoza, heeft een therapeutisch effect op Spinoza. Kon Spinoza therapie gebruiken?**

“Dat is alleszins niet wat ik met mijn boek heb willen stellen. Maar ik denk dat het best wel had gekund, Spinoza als patiënt. Hij was een uitzonderlijke man die een uitzonderlijk leven leidde. Hij was heel vriendelijk, bijna een verschijning als Christus. Maar merkwaardig genoeg heeft hij geen diepgaande banden met andere mensen kunnen onderhouden. Hij had ook een duidelijk probleem met vrouwen. Op dat vlak was hij niet erg verlicht.”

## **Wie niet verlicht is, moet met therapie verlicht worden?**

“Ik denk dat iemand die al te uitgesproken negatieve opvattingen heeft over andere mensen een probleem heeft. Maar zoals gezegd, we weten eigenlijk te weinig over Spinoza's innerlijke leefwereld. Er is geen duidelijk bewijs dat hij ongelukkig of gefrustreerd was. Misschien was hij tevreden over zijn manier van leven en zijn. Hij heeft zelf de touwtjes van zijn leven in handen gehouden. Zelfs zijn excommunicatie zocht hij zelfbewust op. Hij veroordeelde zichzelf tot het leven dat hij leidde. Misschien kon hij er daardoor ook wel mee omgaan.”

## **Opmerkelijk genoeg schrijft u romans over filosofen die elk op hun manier eenzaten waren en moeite met het leven hadden. Toch kiest u ze uit als raads mannen.**

“Het is net doordat ze zo eenzaam waren, dat ze ook diep konden graven in de menselijke psyche. Dieper dan een perfect gezond en gelukkig mens zou doen. Daarom kies ik deze filosofen uit. Ze zijn zich bewuster van bepaalde kwellingen. In de pijn die Schopenhauer en Nietzsche uitdrukken, zit ook de zoektocht naar een uitweg vervat.”

## **Zijn vooral de meest gekwelde filosofen therapeutisch bruikbaar?**

“Er zijn heel wat ongelukkige filosofen. Kijk naar Kant. Maar Kant heeft het in zijn werk niet zo openlijk over existentiële wanhoop en twijfel, en hij is minder relevant voor de psychotherapie. Dat is anders met Plato, Aristoteles en Epicurus: zij schrijven over de mens op een manier waarmee

psychotherapeuten aan de slag kunnen. Nietzsche heeft veel over de psyche onthuld en daardoor onderzoek ik in mijn boek *Nietzsches tranen* hoe de psychoanalyse er had uitgezien indien Nietzsche er de grondlegger van was geweest. En wanneer Spinoza zegt dat alles een natuurlijke oorzaak heeft, luidt hij zelfs het basisprincipe van de psychoanalyse in. Als we een probleem willen begrijpen, moeten we de oorzaak kennen.”

**Om een psychologisch probleem te begrijpen, moeten we dus vooral onszelf kennen?**

“Het is erg belangrijk om jezelf te kennen. Als mens, als therapeut, als schrijver. Als therapeut moet je daardoor ook zelf in therapie zijn gegaan. En de echt goede therapeuten die ik ken, doen eigenlijk voortdurend aan zelfanalyse. Ook een echt goede schrijver, diept zijn eigen psyche uit. Als je over vriendschap, liefde of vrijheid schrijft, dan moet je de innerlijke component daarvan toch kennen.”

**Is het schrijven voor u ook een manier om uzelf beter te leren kennen?**

“Je leert natuurlijk enorm bij tijdens het schrijfproces. Voor mijn laatste boek heb ik veel over Spinoza en over de naziperiode bijgeleerd. Dat laatste was voor mij heel persoonlijk. Ik heb veel familieleden verloren in de holocaust. Ik heb het thema daardoor lang ontweken. Het was zeker niet makkelijk, omdat het me echt pijn deed. Ik heb er vele slapeloze nachten aan overgehouden.”